



LIVRON-SUR-DRÔME
17 & 18 JANVIER 2026
MAIRIE DE LIVRON-SUR-DRÔME

ENTRÉE ET ANIMATIONS GRATUITES
10H-18H30 (17H30 DIMANCHE)
PLUS DE 50 AUTEURS PRÉSENTS

MARILYSE
TRECOURT
INVITÉE
D'HONNEUR



ÉTIENNE
KERN



ELENA
SELENA



IELENNA



COUP DE ❤️ : CASSANDRE AHBÉ

TABLES RONDES, ATELIERS D'ÉCRITURE, HYPNOSE THÉRAPEUTIQUE, CONFÉRENCES, LECTURE DANS LE NOIR, BUVETTE, RESTAURATION...



INFORMATIONS ET RÉSERVATIONS SUR [HTTPS://OPTIMALES.FR](https://optimales.fr)



Les animations ont lieu en salle
Louis Aragon.

Places limitées et majoritairement
sur réservation sur :
<https://optimales.fr>



Samedi 17 janvier

De 11h à 12h

Table ronde

Quelles sont les caractéristiques
d'un livre optimiste, selon vous ?

Avec Elena Selena, Etienne Kern,
Ielenna et Marilyse Trécourt
Animée par Nathalie Bagadey

De 12h30 à 13h30

Inauguration du salon et de
l'exposition

De 13h30 à 14h30

Atelier d'écriture
"Se réconcilier avec ses émotions"
Animé par Arkellana

De 14h45 à 15h15 et de 15h15 à 15h45

Atelier Origamaths - Viens
fabriquer un Optimus miniature !
Animé par Didier Begliomini

De 16h à 17h

Atelier d'hypnose thérapeutique
Animé par Sébastien Tissandier

De 17h15 à 18h

Lecture dans le noir
Un atelier immersif et émouvant
Animé par Juliette et Sandrine Lepage

Dimanche 18 janvier

De 11h à 12h

Table ronde

Comment transformer les épreuves
en tremplins d'optimisme ?

Avec Elena Selena, Etienne Kern,
Ielenna et Marilyse Trécourt
Animée par Nathalie Bagadey

De 12h15 à 13h15

Atelier d'hypnose thérapeutique
Animé par Sébastien Tissandier

De 13h30 à 14h15

Conférence
"Comment habiter poétiquement le
monde et cultiver la joie ?"
Animé par Marie-Gabrielle Maistre

De 14h45 à 15h45

Atelier d'écriture
"Instants de bonheur"
Animé par Anne-Marie Perreau

De 17h15 à 18h

Lecture dans le noir
Un atelier immersif et émouvant
Animé par Juliette et Sandrine Lepage